

BAB V

HASIL PENELITIAN

A. Gambaran Penelitian

Penelitian yang dilakukan dengan judul “Hubungan Frekuensi Dan Durasi Latihan Terhadap Tingkat Kecemasan Bertanding Pada Anggota Taekwondo UTI Pro Kota Kupang” yang dilaksanakan pada bulan agustus 2020 dan bertempat di Gedung KONI (Komite Olahraga Nasional) Kota Kupang Jl. W.J Lalametik, Kel. Oebufu, Kec. Oebobo, Kota Kupang, Nusa Tenggara Timur dengan jumlah data populasi yang didapatkan sebesar 100 orang yang menjadi anggota taekwondo UTI Pro Kota Kupang, sampel diambil menggunakan rumus penentuan sampel yang dilihat dari kriteria inklusi sehingga didapatkan responden sebesar 80 orang.

B. Karakteristik Responden

1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Data karakteristik responden berdasarkan usia dilihat pada diagram dibawah ini.

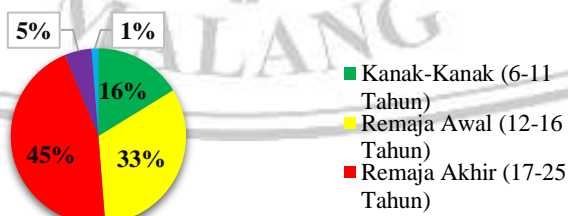


Diagram 5.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia
(Data Primer,2020)

Dilihat pada diagram 5.1 diatas, dari 80 responden terdapat 36 orang (45%) dengan rentang usia 17-25 tahun, 26 orang (33%) dengan rentang usia 12-16 tahun, 13 orang (16%) dengan rentang usia 6-11 tahun, 4 orang (5%) dengan rentang usia 26-35 tahun, dan 1 orang (1%) dengan rentang usia 36-45 tahun. Dapat disimpulkan bahwa usia anggota taekwondo UTI Pro Kota Kupang lebih didominasi oleh anggota yang berusia 17-25 tahun.

2. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

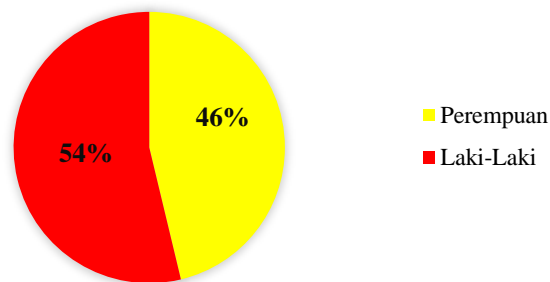


Diagram 5.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin
(Data Primer, 2020)

Pada diagram 5.2 terlihat bahwa terdapat 43 orang (54%) yang berjenis kelamin laki-laki dan 37 orang (46%) berjenis kelamin perempuan dari jumlah responden 80 orang. Dari diagram diatas dapat disimpulkan bahwa jenis kelamin yang lebih mendominasi pada anggota taekwondo UTI Pro Kota Kupang ialah berjenis kelamin laki-laki.

3. Karakteristik Responden Berdasarkan Frekuensi Latihan

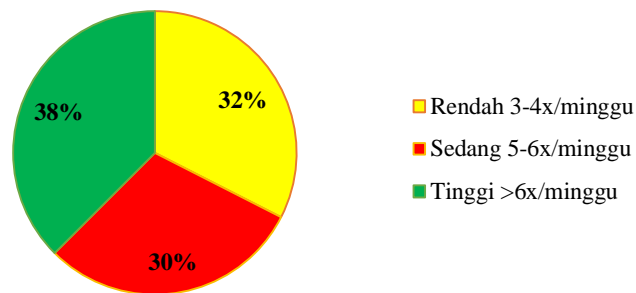


Diagram 5.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Frekuensi Latihan
(Data Primer, 2020)

Diagram 5.3 terlihat bahwa dari 80 responden terdapat 30 orang (38%) memiliki tingkat frekuensi latihan yang tinggi yakni melakukan latihan $\geq 6x/minggu$, 26 orang (32%) memiliki tingkat frekuensi latihan sebanyak 3-4x/minggu dan 24 orang (30%) melakukan frekuensi latihan sebanyak 3-4x/minggu. Dari diagram diatas dapat disimpulkan bahwa pada anggota Taekwondo UTI Pro Kota Kupang cenderung melakukan latihan dengan frekuensi $\geq 6x/minggu$.

4. Karakteristik Responden Berdasarkan Durasi Latihan

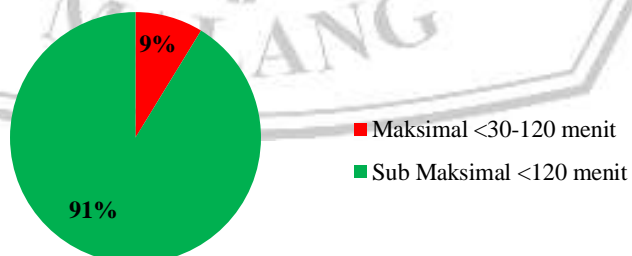


Diagram 5.4 Karakteristik Responden Berdasarkan Durasi Latihan
(Data Primer, 2020)

Pada diagram 5.4 diatas terlihat bahwa terdapat 73 orang yang melakukan latihan dengan durasi ≥ 120 menit dalam seminggu dan terdapat 7 orang yang melakukan latihan dengan durasi $\geq 30-120$ menit dalam seminggu sehingga dapat disimpulkan bahwa 80 responden pada anggota Taekwondo UTI Pro Kota Kupang dominan melakukan latihan dengan durasi latihan ≥ 120 menit dalam seminggu .

5. Karakteristik Responden Berdasarkan Kecemasan Bertanding

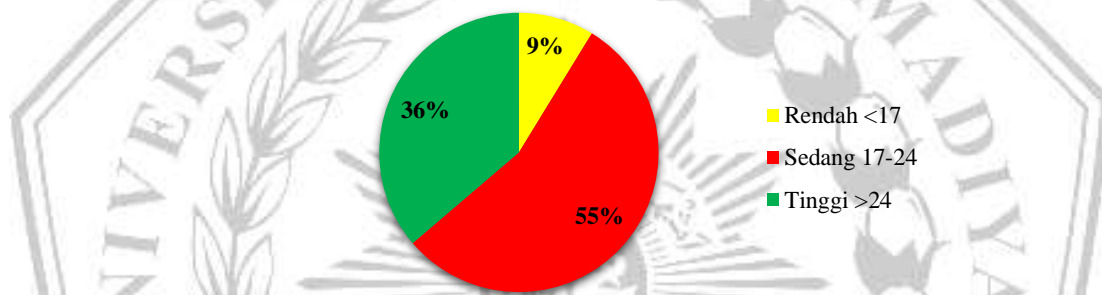


Diagram 5.5 Karakteristik Responden Berdasarkan Kecemasan Bertanding (Data Primer,2020)

Pada diagram 5.5 terlihat bahwa terdapat 44 orang (55%) yang mengalami tingkat kecemasan bertanding sedang, 29 orang (36%) mengalami tingkat kecemasan bertanding tinggi, dan 7 orang (9%) mengalami tingkat kecemasan bertanding rendah. Sehingga dapat disimpulkan bahwa dari 80 responden pada anggota Taekwondo UTI Pro Kota Kupang cenderung mengalami kecemasan bertanding pada tingkatan kecemasan sedang.

C. Uji Analisa Data

1. Uji Normalitas Data

Uji normalitas data dengan judul “Hubungan Frekuensi Dan Durasi Latihan Terhadap Tingkat Kecemasan Bertanding Pada Anggota Taekwondo UTI Pro Kota Kupang” menggunakan metode uji *Kolmogorov-smirnov*, dimana merupakan uji nilai data yang valid pada jumlah sampel yang lebih dari 50. Hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel 5.1 dibawah ini.

Tabel 5.1 Uji Normalitas

V	Statistic	N	Sig.
Frekuensi Latihan	0,170	80	0,000
Durasi Latihan	0,198	80	0,000
Kecemasan Bertanding	0,107	80	0,024

Uji Kolmogorov-smirnov : V= Variabel penelitian; N= Jumlah sampel; Sig= Nilai Signifikan

Pada tabel uji normalitas yang ada pada tabel 5.1 didapatkan hasil bahwa frekuensi dan durasi latihan mendapatkan nilai signifikan 0,000 yang dapat diartikan nilai sig $\leq 0,05$ sedangkan nilai signifikan pada kecemasan bertanding bernilai 0,024 yang berarti nilai signifikan $\geq 0,05$. Sehingga dapat dikatakan bahwa data frekuensi dan durasi latihan berdistribusi tidak normal, sedangkan data kecemasan bertanding berdistribusi normal.

2. Uji Hipotesa

Hubungan Frekuensi Dan Durasi Latihan Terhadap Tingkat Kecemasan Bertanding Pada Anggota Taekwondo UTI Pro Kota Kupang menggunakan

analisa bivariat dan uji yang dipakai adalah uji *Spearman* dengan variabel data berskala nominal.

Tabel 5.2 Uji Hipotesa

V	Sig (2-tailed)
Frekuensi Latihan	0,000
Durasi Latihan	0,000
Kecemasan Bertanding	

Uji *Spearman* : V=Variabel; Sig=Signifikansi

Pada uji hipotesa yang dilakukan dengan uji *Spearman* pada tabel 5.2 diatas didapatkan hasil signifikan 0,000 yakni nilai signifikan $\leq 0,05$ yang dapat diartikan H_0 ditolak H_1 diterima. Jadi, dapat disimpulkan bahwa “Terdapat Hubungan Frekuensi Dan Durasi Latihan Terhadap Tingkat Kecemasan Bertanding Pada Anggota UTI Pro Kota Kupang”.

3. Uji Korelasi

Uji korelasi pada judul “Hubungan Frekuensi Dan Durasi Latihan Terhadap Tingkat Kecemasan Bertanding” dilakukan untuk menguji kekuatan nilai hubungan antar variabel yang diteliti.

Tabel 5.3 Uji Korelasi

Variabel	Nilai Korelasi
Frekuensi Latihan	0,164
Durasi Latihan	0,133
Kecemasan Bertanding	

Berdasarkan uji korelasi pada tabel 5.3 diatas, terdapat nilai uji korelasi antara frekuensi latihan terhadap kecemasan bertanding sebesar 0,164 dan nilai uji korelasi antara durasi latihan terhadap kecemasan bertanding sebesar 0,133. Jika dilihat pada kategori nilai korelasi yang tertera pada tabel 5.4

kategori uji korelasi maka korelasi antar variabel termaksud kategori korelasi yang bersifat sangat lemah. Sehingga dapat disimpulkan bahwa uji korelasi yang diuji pada tabel diatas ialah terdapat hubungan sangat lemah antara frekuensi dan durasi latihan terhadap tingkat kecemasan bertanding pada anggota taekwondo UTI Pro Kota Kupang.

Tabel 5.4 Kategori Nilai Uji Korelasi (Machali, 2015)

Nilai Korelasi	Kategori Korelasi
0,00 – 0,199	Sangat Lemah
0,20 – 0,399	Lemah
0,40 – 0,599	Cukup
0,60 – 0,799	Kuat
0,80 – 0,100	Sangat Kuat

